



འཕགས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

འཕགས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ འཕགས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་



འཕགས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

འཕགས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

འཕགས་ལོ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

出版好农村读物
为广大农民服务

李瑞琰

五十年青



序

徐惟诚

《中国农村文库》从18年前开始出版，至今已出版了四批360种农村适用的图书。这是一批广大农民买得起、读得懂、用得上的图书，因此自然受到广泛的欢迎，为满足农民的文化需求，开阔视野，普及科学技术知识和必要的社会知识，推动农民脱贫致富，建设社会主义新农村，做出了应有的贡献。

现在，《中国农村文库·藏文版》由天地出版社和四川民族出版社共同出版，是又一件值得欢迎的大喜事。

“天助自助者”。农民要摆脱贫困，需要政府和社会各界的支持，更需要依靠亿万农民自己努力奋斗。“扶贫先扶志，扶贫先扶智”。帮助农民掌握脱贫致富的知识和技能，才是农村扶贫事业的根本。这也就是我们出版《中国农村文库》的

初衷。

中国是一个多民族的国家，少数民族占人口的相当比例。每一个少数民族都是中华民族大家庭中平等的一员。56个民族同在祖国的蓝天下，共同享有祖国大家庭的关怀。然而由于历史的原因，许多少数民族的发展相对滞后，他们更加迫切地需要文化的扶助、智力的扶助。其中一项重要的工作，就是克服语言文字的障碍，为他们及时提供能够看得懂的适用图书。《中国农村文库·藏文版》的出版，是为此而作的努力中重要的一步。

藏族是一个优秀的民族，有悠久的历史，以勤劳、勇敢、智慧著称于世，曾经创造过自己灿烂的文化。帮助广大藏区农牧民掌握新的科学技术文化知识，等于为猛虎添上有力的翅膀，帮助他们自由地驰骋于现代世界。《中国农村文库·藏文版》出版以后，还要做大量的宣传、推广、发行、组织阅读和使用的工作，使它充分地发挥作用。

《中国农村文库·藏文版》第一批只有40种图书，数量还太少。这又是一件新的工作，缺少经验。希望编辑出版部门继续深入藏区调查研究，组织更多适合藏族群众需要的读物出版，为广大藏区农牧民在中国各民族共同富强的金光大道上前进做出更多的贡献。

2008年8月

ཀྲུང་གི་ཞིང་འབྲོག་དཔེ་མཛོད་

བོད་ཡིག་པར་མའི་སྒྲུང་གཞི།

ཞུས་ཐེ་ཁྲིང་ནས།

ཀྲུང་གི་ཞིང་འབྲོག་དཔེ་མཛོད་ ཅེས་པ་འདི་ལ་བཙ་བརྒྱད་……
སྔན་ནས་པར་སྐྱབ་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཏེ་རྒྱས་ད་ལྟའི་བར་རྒྱ་སྤང་……
གསེབ་ལ་སྦྱད་གོ་ཚོད་པའི་དཔེ་དེབ་ཆོ་བཞི་དང་དཔེ་རིགས་སྟུང་……
བརྒྱ་དང་རྒྱག་ཅུ་དཔེ་བསྐྱབ་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དཔེ་དེབ་དེ་ཆོ་ནི་རྒྱ་
ཆེ་བའི་ཞིང་པ་ཆོས་རྒྱ་བྱུང་པ་དང་སྒྲིག་ཤེས་པ། སྦྱོང་བ་དེ་བ་
བཅས་ཡིན་སྟབས་རྒྱ་བྲུབ་ཆེ་བའི་དགའ་བསུ་ཚོབ་པ་ལོས་ཡིན་ལ།
ཞིང་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་མཁོ་དགོས་སྐྱོང་བ་དང་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་རྒྱ་……
གཏོང་བ། ཚན་རིག་ལག་ཅུལ་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་དགོས་ངེས་ཀྱི་སྦྱི་
ཚོགས་ཤེས་བྱ་བྲུབ་གདལ་གཏོང་བ། ཞིང་པའི་དབུལ་བཙོས་སྟུག་
འགྱུར་བྱ་བ་དང་སྦྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་གསེབ་གསར་པ་……
འཛུགས་སྐྱབ་བྱེད་པར་སྐྱུལ་སྤེལ་གཏོང་བ་བཅས་ལ་དགོས་ངེས་ཀྱི་
བྱས་རྒྱུ་འབྱུང་ཡོད།

ད་ལྟ་ཀྲུང་གི་ཞིང་འབྲོག་དཔེ་མཛོད་བོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་……

པ་འདི་མི་ཁྲོན་མི་རིགས་དཔེ་སྐྱོན་ཁང་དང་གནམ་ས་དཔེ་སྐྱོན་.....
ཁང་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱོན་མོང་ཏུ་དཔེ་སྐྱོན་བྱེད་པ་དེའང་ཡང་ཏུ་དགའ་
བསུ་ཞུ་འོས་པའི་བཀའ་ཤིས་པའི་དོན་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་རེད།

ཆོས་སེམས་ཅན་ལ་ལྟའང་འཁོར་ཞེས་པ་ལྟར། ཞིང་པ་ཆོ་
དབུལ་པོའི་གནས་ལས་ཐར་ཐབས་བྱུང་དགོས་ན་སྲིད་གཞུང་དང་...
སྤྱི་ཆོགས་ལས་རིགས་ཁག་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོབ་དགོས་ལ། ཞིང་པ་
ཏུང་སྐྱོར་ཏུ་མས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་འབད་བཅོན་སྐྱོར་ལེན་བྱེད་པ་
ལ་དེ་བས་བརྟེན་དགོས་པ་ཞིག་རེད། དབུལ་སྐྱོར་བྱེད་ཏུས་སྐྱོན་ལ་
སྒོ་སྟོབས་སྐྱོར་བ་དང་དབུལ་སྐྱོར་བྱེད་ཏུས་སྐྱོན་ལ་སྒོ་རིག་སྐྱོར་བ་
ཞེས་པ་ལྟར། ཞིང་པར་དབུལ་བཅོས་སྤྱད་འགྱུར་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་
ལག་ཚལ་ཁུང་ཏུ་ཚུད་བཅུག་པ་དེ་གཞི་ནས་གྲོང་གསེབ་དབུལ་.....
བཅོས་བྱ་གཞག་གི་རྩ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེའང་ང་ཆོས་ཀྱང་གོའི་
ཞིང་འབྲོག་དཔེ་མཛོད་ཅེས་པ་དེ་དཔེ་སྐྱོན་བྱེད་པའི་དང་པོ་ཉིད་...
ཀྱི་རེ་བསམ་ཡིན།

ཀྱང་གོ་ནི་མི་རིགས་མང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་ཡིན་ཞིང་།
གྲངས་ཁུང་མི་རིགས་ཀྱིས་མི་གྲངས་བསྐྱམས་འཁོར་ནང་བསྐྱར་.....
ཆད་ངེས་ཅན་ཞིག་བཟུང་ཡོད་ལ། གྲངས་ཁུང་མི་རིགས་ཆང་མ་ནི་
ཀྱང་དུ་མི་རིགས་ཁྱིམ་ཆང་ཆེན་མོའི་ནང་གི་ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་...
ཅན་གྱི་ཁོངས་མི་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། མེས་རྒྱལ་གྱི་གནམ་འདིའི་འོག་ཏུ་

གནས་པའི་མི་རིགས་ལ་བརྟུང་བྱུག་དེ་ཆང་མས་ཐུན་མོང་དུ་མེས་
 རྒྱལ་བྱིམ་ཆང་ཆེན་མོའི་ཐུགས་ཁུར་མཉམ་དུ་སྦྱང་བཞིན་ཡོད་མོད།
 ཡིན་ནའང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་དབང་གིས་གངས་རུང་མི་རིགས་
 མང་པོའི་གོང་འཕེལ་བྱ་བ་དེ་བརྟུང་བཅས་ཀྱི་རྗེས་ལུས་ཐེབས་ཡོད་
 རྟེན་ལ། ཁོ་ཆོར་རིག་གནས་དང་སློ་རིག་ཐད་དབུལ་སྦྱར་བྱ་རྒྱུ་དེ་
 དེ་བས་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུག་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། དེའི་ཁྲོད་གལ་གནད་
 ཆེ་བའི་ལས་དོན་ཞིག་ནི་སྐད་ཡིག་མི་གོ་བའི་འགལ་རྒྱུན་དེ་བྱུང་.....
 བསད་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཆོར་དུས་ཚོག་དུ་སློག་ཐུབ་ལ་སྦྱོང་གོ་ཆོད་པའི་.....
 དཔེ་དེབ་འདོན་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་ཞིང་། གྲུང་གོའི་ཞིང་འབྲོག་
 དཔེ་མཛོད་ཐོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་འདི་དཔེ་སྐྱུན་བྱེད་པ་ནི་དེའི་
 ཐད་འབད་བརྩོན་བྱེད་པའི་ཁྲོད་ཀྱི་གོམ་རིམ་གལ་ཆེན་ཞིག་གྲུང་....
 རེད།

ཐོད་རིགས་ནི་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་རིང་ལྡན་པའི་
 མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ། ལས་ལ་བརྩོན་པ་དང་སློབས་པ་ཆེ་བ། སློ་
 རིག་ལྡན་པ་བཅས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ལ་སྟན་གྲགས་ཆགས་པ་དང་།
 ཐུར་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་འོད་སྟོང་འབར་བའི་རིག་གནས་གསར་སྐྱུན་
 གྱིས་ཡོད། རྒྱ་ཆེ་བའི་ཐོད་ཁུལ་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་ཆོར་ཆོན་
 རིག་ལག་རྩལ་དང་རིག་གནས་ཤེས་བྱ་ཁུང་དུ་རྒྱུད་བརྟུག་པ་དེའང་
 རྟེན་མོར་གཤིག་པ་སྟེས་པ་ལྟར། ཁོ་ཆོར་དེང་རབས་ཀྱི་འཛམ་གླིང་

ཐོག་རང་དགར་འཕུར་ཞིང་ཡོང་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་རམ་ཐེབས་ཀྱི་.....
 རེད། གྲུང་གོའི་ཞིང་འབྲོག་དཔེ་མཛོད་པོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་
 འདི་དཔེ་སྐྱུན་བྱས་རྗེས། ད་རུང་དྲིལ་བསྐྱགས་དང་ཐུབ་གདལ།
 བཀྲམ་སྟེལ། སྒྲིག་འདོན་དང་པོད་སྦྱོད་བྱ་བ་སྒྲིག་འཇུགས་སོགས་
 ཀྱི་ལས་དོན་འཁོར་ཆེན་བསྐྱབས་ནས་དེའི་རྒྱལ་པ་འདོན་སྟེལ་གང་
 ལེགས་ཡོང་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས།

གྲུང་གོའི་ཞིང་འབྲོག་དཔེ་མཛོད་པོད་ཡིག་པར་མ་ཞེས་པ་.....
 འདིའི་ཆོ་དང་པོར་དཔེ་དེབ་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ལས་མེད་ཅིང་གྲངས་
 ༡༧་དེ་ཉ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ལ། ལས་དོན་དེའང་ད་རུང་བྱ་བ་
 གསར་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་ཉམས་སྦྱང་ཡང་མེད་པས། ཚུལ་སྒྲིག་དང་
 དཔེ་སྐྱུན་སྟེ་ཆོན་གྱིས་ཐུ་མཐུད་དེ་བོད་ཁྲལ་ལ་ཟབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་
 བརྟག་དབྱད་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཐོག་བོད་རིགས་མང་ཆོགས་ཀྱི་.....
 དགོས་མཁོ་དང་འབྲོད་པའི་སྒྲིག་དེབ་དེ་བས་མང་པོ་སྒྲིག་འཇུགས་
 བྱས་ནས་དཔེ་སྐྱུན་བྱས་ཏེ་རྒྱ་ཆེ་བའི་བོད་ཁྲལ་གྱི་ཞིང་འབྲོག་མི་.....
 དམངས་ཆོ་གྲུང་གོའི་མི་རིགས་ཁག་དང་མཉམ་དུ་སྐྱུན་མོང་དུ་.....
 སྟོབས་འབྱུར་བྱུང་བའི་ཐབས་ལམ་འོད་སྟོང་འབར་བའི་ཐོག་དུ་.....
 མཐུན་སྦྱོད་ཡོང་བར་བྱས་རྗེས་དེ་བས་མང་པོ་འབྲལ་དགོས།

གླི་ལོ་༢༠༠༤ལོའི་ཟླ་བ་༤པ་ལ།

- ཐབས།.....(83)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། གཟན་ཆས་སུ་ལེགས།(91)
- ས་བཅད་བཞི་པ། ཁ་གསབ་གཟན་ཆས།.....(93)
- ལེའུ་ལྷ་པ། རྟོན་གནག་གི་ཐོན་རྫས་གཙུག་པ།.....(104)
- ས་བཅད་དང་པོ། འོ་བཟོས་ཐོན་རྫས།(104)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། ཤེའི་རིགས་ཀྱི་ཐོན་རྫས།(110)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། ཕགས་པའི་བཟོ་རྫས།(113)
- ས་བཅད་བཞི་པ། སྤུའི་བཟོ་རྫས།(114)
- ས་བཅད་ལྷ་པ། གཞན་པ།(116)
- ལེའུ་བྱག་པ། རྟོན་གནག་གསེ་ཐབས་དང་བདག་གཉེར་
བྱེད་ཐབས།.....(118)
- ས་བཅད་དང་པོ། རུས་ཆོགས་ལྟར་རྟོན་གནག་འཛོ་པ། (118)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། འཛར་སྐྱེད་ཀྱི་རུས་རིམ་སོ་སོའི་ནང་རྟོན་
གནག་གི་གསེ་ཐབས་དང་བདག་གཉེར་བྱེད་ཚུལ།(129)
- ལེའུ་བརྟན་པ། འོ་མའི་ཐོན་རྫས་ཀྱི་བདག་གཉེར་བྱེད་
ལྟངས།.....(144)
- ས་བཅད་དང་པོ། འོ་མ་འཛོ་བའི་ཆོས་ཉིད་གོ་རིམ་གྱིས་
ལྟངས།(144)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། འོ་མའི་ཐོན་སྐྱེད་ཁྲོད་ཀྱི་རུས་སེལ་ལས་ཀ་

སྐྱབ་ཐབས།(152)

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟོར་གནག་གི་འོ་མ་འཆག་ཀྱག་པ་དང་
གསོག་འཛོག་བྱེད་ཚུལ།(155)

ས་བཅད་བཞི་པ། རྟོར་གནག་གི་འོ་མ་འཛོ་བའི་ཐོན་སྐྱེད་
ཡིག་ཆགས།(159)

ལུ་དང་པ། མདོར་བཅུན་པ།

ས་བཅད་དང་པ། རྫོང་གནག་གི་བྱེད་ཆུང་དང་སྒྲིལ་དང་ས་
ཁོར་སྒྲིལ་དང་འཕྲོད་མཐུན་བྱེད་བའི་རང་བཞིན།

གཅིག རྫོང་གནག་གི་བྱེད་ཆུང་སྐོར།

ཡུང་གོ་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་ལཱ་ལོ་སྟུག་ལྷན་པའི་དཔལ་ཡོན་……
ཅན་གྱི་ཆུལ་ཁབ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱགས་གསེས་ལས་རིགས་ཀྱི་ལོ་
སྟུག་ཡུང་ཤིན་ཏུ་རིང་པོ་ཞིག་འདས་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་
དུས་རབས་30 བའི་དུས་འགོ་ནས་སྤྱི་ལོ་དེའི་དུས་(伏羲氏) ཀྱིས་མི་……
ལེན་ལ་ཕྱགས་རིགས་ལྷ་དུག་གསེས་ཆགས་བྱེད་སྟོན་བསྐྱབས་པར་……
གྲགས། སྐབས་དེར་ཕྱགས་གསེས་ལས་རིགས་ཀྱི་ཆེས་ཐོག་མའི་ནམ་
པ་དེ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། རྟོང་ཏི་(黃帝) དུས་རབས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་སྟོན་
གྱི་དུས་རབས་30 བའི་དུས་འགོ་ནས་སྤྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་དུས་རབས་21
པའི་དུས་འགོ་བར་ལ་ཕྱགས་འཐེན་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་ཞེས་ཕྱགས་ཀྱི་
ཕྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་གཏོང་བའི་ཕྱགས་སྟོན་དེ་……
དར་འགོ་ཆུགས་པ་རེད། གྲོ་ཆུལ་རབས་ཅུབ་མའི་དུས་སྐབས་(སྤྱི་
ལོ་སྟོན་གྱི་1046 ནས་སྤྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་771) ལུ་ཕྱགས་ཐོག་གིས་མོ་……

འདེབས་བྱེད་པའི་ལྷགས་སྒྲིལ་དར་བ་རེད། ལྷན་ཆིཅུ་གན་གོའི་(春
 秋战国) ཏུས་རབས་སྤྱི་ལོའི་སྤྱི་ལོ་770ནས་སྤྱི་ལོ་221) ལུ་ལྷགས་ཀྱི་
 ཞིང་ཆས་བཟོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལྷགས་སྒྲིལ་དར་སྤེལ་བྱུང་བས།
 གཤོལ་ལྷགས་དང་མོ་ལྷགས་ལ་བརྟེན་ནས་མོ་ལོག་ཟབ་མོ་བྱེད་པའི་
 འགོ་ཚུགས། ཏུས་དེ་ནས་བཟུང་ལྷགས་ཐོག་ནི་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་
 ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་བཀོལ་ལྷགས་ལུ་བྱུར་བ་རེད། ལོ་རྒྱུས་རིག་
 བ་བས་རང་རྒྱལ་གྱི་གནའ་རབས་འཛུང་མིས་ར་དང་ལྷག་འདུལ་...
 གསེལ་གསེལ་གྱུ་བྱུང་སྟེ། ད་ནས་ལོ་གྲངས་ཆེག་ཁྲི་ཡར་མན་གྱི་ཏུས་
 ལུ་ནོར་གནག་འདུལ་གསེལ་བྱ་རྒྱ་ཡང་ལེགས་གྱུ་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་...
 གསུངས། སྐབས་དེར་གནའ་རབས་ཀྱི་འཛུང་མི་ནི་གདོན་མའི་
 ལྷགས་ལས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སྤེབས་ཟིན་པས། དེ་ནི་འཛུང་མི་རིགས་ཀྱི་
 རིག་གནས་དར་རྒྱས་ཆེས་ཆེ་བའི་ཏུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན།

མདོ་དབྱས་མཐོ་སྤང་སྟེང་ཏུ་གནའ་རབས་ཀྱི་འཛུང་མིས་ནོར་...
 གནག་འདུལ་གསེལ་བྱས་ཆེས། ཁོང་ཚོས་ཏུ་སྒྲིལ་བ་དང་ཡང་ན་
 གནས་སྒྲིལ་བ། ངལ་རྩོལ་ལག་ཤེས་ལེགས་བཅས་བྱུང་བ་དང་ཡང་
 བ་ཐོན་སྐྱེད་ཚུ་ཆད་གོང་ཏུ་སྤེལ་བ། ཆོང་ལས་གཉེར་ཆོང་འཕེལ་
 རྒྱས་བྱུང་བ། དེ་མིན་རང་གི་མཐའ་འཁོར་ཏུ་རང་གི་འཚོ་གནས་
 དང་མཐུན་པའི་ས་ཁུལ་གཞན་དག་ཏུ་རྒྱ་བསྐྱེད་སྤེལ་བ་དང་ལྷགས་
 བས་ཤར་ཨ་ཆེན་གངས་རིའི་རི་རྒྱུད་ནས་བྱུང་ཆུ་ཚོ་ཐང་སྟེ་དེང་...

སང་སི་ཁྱོན་རྩ་བ་དང་མཛོད་དག། ཉོང་ཡོན་སྐགས་ཀྱི་རྩ་ཐང་
 བརྒྱད་དེ་ཉ་པ་རི་ཁུལ་(大巴山区)ལ་སླེབས་པ་རེད། ལྷ་ཉི་མ་ལ་ཡ་
 རི་པོའི་རི་རྒྱད་ཀྱི་ཁྲུང་ཁུལ་ཁ་ཤས་ནས་ན་པོའི་(南坡)མཐོ་རི་དང་
 རྩ་ཐང་ལ་སླེབས། རུབ་མངའ་རིས་རྩ་ཐང་བརྒྱད་དེ་ཁུ་སི་མེ་ཡ་(克
 什米尔)དང་དེའི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ས་ཁུལ་རུ་སླེབས། བྱང་ཁུ་རུ་རི་བོ་
 བཀལ་ཉི་ཁུ་སི་མེ་ཡ་ནས་པ་སྒྲིར་(帕米尔)དང་དེའི་བྱང་སྐྱགས་སུ་
 ཐན་ཅན་(天山)དང་། ཡར་ཐན་(阿尔泰)ས་ཁུལ་སྐགས་ལ་སླེབས།
 དེའི་རྗེས་ཀྱི་ཡ་རབས་ནང་རུ་རིམ་བཞིན་དེང་སང་གི་ཁོར་གནག་
 ཀྱི་ཁྲབ་ཚུལ་ས་ཁུལ་དེ་ཆགས་པ་རེད།

མདོ་དབྱས་མཐོ་སྒང་ནི་ཁོར་གནག་ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་རྒྱས་.....
 གཏོང་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཁྲད་རུ་འཕགས་པ་འཛོམ་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ཡིན་
 ཉི། རང་བྱུང་གི་སྐྱགས་རྩ་དང་རང་བྱུང་གི་ཐོན་ཁུངས་སྐགས་ཆེས་
 སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡིད། མདོ་དབྱས་མཐོ་སྒང་རུ་འཛོམ་བ་རྩལ་
 བཞིན་ཡོད་པའི་པ་མེས་ཡང་མེས། ཡང་སྒོས་སུ་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་
 ཁལ་ཆོད་སྒོ་སྐྱགས་རུ་འདུལ་གསོ་བྱས་རྗེས། ཁོར་གནག་ནི་ས་ཁུལ་
 དེའི་ཐོན་སྐྱེད་དང་འཛོམ་བའི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་ཞིག་རུ་ལྷུར་པ་རེད། སྒོ་
 སྐྱགས་གཞན་དག་འཛོམ་བས་བྲལ་བའམ་ཡང་ན་བཀོད་སྦྱང་བྱེད་
 ཐབས་བྲལ་བའི་མཚོ་རོས་ལས་མཐོ་ཆད་སྤྱི་3000ཟིན་པའི་གྲང་ངར་
 ཆེ་ལ་འཛོམ་དབྱས་དཀོན་པའི་མཐོ་རི་དང་རྩ་ཐང་རུ། ཁོར་གནག་

གིས་མི་རྒྱུས་ལ་འཆོ་བཅུད་ཐུན་ཐུས་ཚགས་པའི་ཤ་དང་འོ་མ།
 དེ་མིན་ཅིད་པ་དང་གོ་བ་ཚགས་བཟོ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་གང་མང་འདོན་
 གྲླེང་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་འོར་གནག་
 ནི་མཐོ་སྐང་གི་མི་རྒྱུས་ལ་སྐྱེལ་འདྲེན་དང་བཞོན་པ་བྱ་འོས་པའི་
 སློ་ཐུགས་ཞིག་ཡིན་པས་ས་ཁྲལ་དེའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཆེས་གལ་ཆེ་.....
 བའི་རྒྱས་པའང་ཐོན་ཐུབ་ཡོད་པ་རེད།

འཛམ་གླིང་ཉིང་འོར་གནག་ལ་སྤྱི་བྱ་བ་ཏུ་yak ཞེས་བྱ། དེ་ནི་
 བོད་སྐད་ཀྱི་སྤྱོད་བསྐྱར་ཡིན། འོར་གནག་གི་སྐད་སྤྱོད་ཕག་དང་འདྲ་
 ལ། ར་མ་རྟའི་ར་མ་དང་འདྲ་བས་ཕག་སྐད་ཚོག་ ཡང་ན་རྟ་ར་ཚོག་
 ཅས་འབོད་ལྷགས་གྲང་ཡོད། གྲང་གོ་ནི་འོར་གནག་གསེ་ཚགས་
 བྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིན་ཏུ་རིང་ཞིང་འོར་གནག་གི་གྲངས་ཀའང་ཆེས་
 མང་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཞིག་ཡིན། ད་སྔར་འོར་གནག་གི་^{1377.4}ཡོད་
 དེ། ལྷག་ལས་འཛམ་གླིང་གི་འོར་གནག་གྱི་འོས་གྲངས་ཀྱི་90%
 ཡན་ཆད་ཟིན། རྫོང་ཁག་དང་གོང་ཁྱེར་²¹⁰ལ་བྱུང་ཡོད་ལ། རང་
 རྒྱལ་ཐུགས་ཚོག་གྱི་འོས་གྲངས་ཀྱི་11% ཟིན། སྤྱི་ལོ་1990ལོར་གྲང་
 གོའི་ཞིང་ལས་ཐུབ་ཡིས་ཞིབ་དཔྱད་ཆོད་ལེན་བྱས་པ་ལྟར་ན་རང་...
 རྒྱལ་ལ་རང་བྱུང་གི་རྩ་ཐང་གྱི་ཆིང་དུང་ཐུར་^{3.94}ཡོད། དེའི་ནང་
 འོར་གནག་སྐྱེས་སྤང་རྒྱུ་སྤེལ་བྱ་བར་འཕུས་པའི་མཐོ་རི་དང་རྩ་...
 ཐང་གི་རྒྱ་ཁྱོད་གྱི་ཆིང་དུང་ཐུར་^{1.03}ཡོད་དེ། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་རང་

བྱང་མུ་ཐང་གི་རྒྱ་ཁྱོན་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་26.1% ཟིན། དེ་བས། རང་
རྒྱལ་ལ་ནོར་གནག་ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་རང་བྱང་མུ་
ཐང་གི་ཐོན་ཁུངས་ཕྱན་སྐྱེད་ཆོག་པ་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ།

རང་རྒྱལ་གྱི་ནོར་གནག་གི་90% ཡན་ཆད་ནི་མདོ་དབུས་མཐོ་
སྒང་གི་ས་རྒྱ་དང་དེའི་ཤར་ཕྱོགས་གྱི་མཐའ་འཁོར། དེ་མིན་ཅུབ་
པ་མིར་ནས་ཤར་དེ་ལོ་མིན་ཡན་(岷山)དང་། ལྷ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་ལྷ་
ངོས་དང་བྱང་དེ་ལོ་ཡར་ཐན་དེ་རྒྱ་བར་གྱི་མཚོ་ངོས་ལས་མཐོ་
ཆད་མི་2000ནས་4500ཡོད་པའི་མཐོ་སྒང་དང་མཐོ་དེ་ཉིང་དུ་
འརྱས་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་དེ་ཅུང་དམའ་ཞིང་གང་ངར་དེ་འདྲ་
མེད་པའི་བཞའ་ལྷོན་གནམ་གཤིས་གྱི་ས་ཁུལ་ལའང་ནོར་གནག་
ཁུལ་ཡོད་དེ། གཙ་བོ་ནི་མཚོ་སྔན་ཞིང་ཆེན་དང་བོད་རང་སྤྱོད་
ལྗོངས། སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན། ཀན་སུཅུ་ཞིང་ཆེན། ཞིན་ཅང་ཕྱ་གུར་
རིགས་རང་སྤྱོད་ལྗོངས། ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་བཅས་ལ་ཁུལ་ཡོད།
ད་དུང་པེ་ཅིང་གི་དེ་ལོ་ལེན་ཡན་(灵山)དང་ཅུཅུ་པེ་ཡའི་ཁྲང་(垭
场)དང་། བོད་སྐད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་ཀྱི་ཅུབ་རྒྱུད་སྐད་ས་ཆ་
འགའ་ལའང་ཁུང་ཤས་རེ་ཁུལ་ཡོད་པ་རེད།

(གཙུག་) མཚོ་སྔན་ཞིང་ཆེན།

མཚོ་སྔན་ཞིང་ཆེན་ནི་རང་རྒྱལ་དུ་ནོར་གནག་འཚར་ཡོངས་
རྒྱུད་སྐུལ་ཆས་མང་བ་བྱེད་ཡོད་པའི་ཞིང་ཆེན་ཞིག་ཡིན། གཙ་བོ་

